

## DANSE CLASSIQUE

**Frédéric LAZZARELLI**  
de l'Opéra National de Mexico  
cours accompagnés au piano  
www.dansefredericlazzarelli.com  
Lu : 19h ■ P  
Ma : 9h30 ● 1 & 2 19h ● 1  
Me : 19h ■ P  
Je : 9h30 ● 1 19h ● 2  
Ve : 9h30 ● 1 & 2 19h ● ▲  
Sa : 14h ■ ▲ 18h ● 1  
Di : 9h30 ● 1 11h ● 2

**Daniella RAJCHMAN**  
Ma : 11h ● (tech de base)  
Me : 20h30 ● (tech de base)  
Je : 11h tn  
Ve : 11h ● (tech de base)  
Sa : 12h30 tn (+ ados)

**Béatrice HERBOUT**  
Opéra de Hambourg  
www.beatrice-herbout.com  
Di : 12h30 ● ■ 13h30 ● ■ P (1/2h)

**Christine DUVEAU**  
Lu : 12h30 ■ P (+ ados)  
Me : 10h30 ■ P (+ ados)  
Sa : 10h ■ P (+ ados)

**Laurence GEBERT**  
Lu : 14h ● ■  
Je : 14h ● ■

**Yasna STEVOVICH**  
English National Ballet  
et Rhudra/Béjart  
Sa : 10h ● ■ Pointes

## BALLET SCUPLT®

**Elisabeth FABLE**  
Lu : 19h30 tn (1h)

## BODY BALLET

**Dana MUSSA**  
www.getchancetodance.com  
Ma : 19h30

## DANSE BAROQUE

**Edith LALONGER**  
Di : 10h ● 11h ■ ▲

## DANSE & ART MARTIAL

**Yoanna BLIKMAN**  
"Méthode Esther"  
www.yoannablikman.com  
Di : 13h tn

## BARRE AU SOL CLASSIQUE

**Daniella RAJCHMAN**  
Je : 14h tn  
Sa : 11h tn

**Christine DUVEAU**  
(Kniasseff/Winkelmann)  
Lu : 11h30tn (+ ados)  
Me : 9h tn (+ ados)  
Ve : 13h tn (+ ados)  
Sa : 9h tn (+ ados)

**Béatrice HERBOUT**  
méthode B.Herbout  
www.beatrice-herbout.com  
Di : 11h30 tn Barre au sol/Gymdans

**Yasna STEVOVICH**  
(méthode Boris Kniasseff)  
Ma : 12h30h ■ ▲  
Ve : 12h30 ● ■ (+barre debout)  
Sa : 11h ■ ▲  
Di : 12h30 ● (2h) (+barre debout)

**Lionel DESRUELLES**  
Lu : 12h30 tn (b/sol + milieu)  
Je : 12h30 tn (b/sol + milieu)

## BARRE AU SOL CONTEMPORAINE

**Rozenn JACON**  
06 12 13 60 70  
B/sol-Assouplissement  
Ma : 12h30 tn (1h)  
Je : 12h30 tn (1h)

**Sylviane NICOLAZZO**  
BIOMECA'ART/ 06 81 23 84 14  
Chronologie du mouvement  
Gym douce®  
www.snicolazzo.fr / CPsur RDV  
Ve : 17h30 ●  
Je : 14h tn (2h)

**Claire SALOMON**  
www.claresalomon.com  
Je : 19h tn

**Béatrice CORBIN**  
06 87 30 89 22  
barre au sol douce  
Me : 18h30tn (1h)

## FELDENKRAIS

**Muriel CHALON**  
Me : 18h30 tn (1h)  
Sa : 11h tn (1h)

**Rozenn JACON**  
06 12 13 60 70  
Je : 11h (1h) tn

## DANSE CONTEMPORAINE

**Georges GATECLOUD**  
dit BELLECROIX  
Ve : 19h ■  
Sa : 12h30 tn

**Catherine CORDIER**  
Base CUNNINGHAM/LIMON  
Ma : 14h ▲ 20h30 ●  
Me : 12h30 ● ■ 20h30 ●  
Je : 14h ▲ 17h30 ■  
Ve : 17h30 ■ ▲ 20h30 ■  
Sa : 12h30 ■ ▲ 15h30 ● ■ (2h)

**Claire SALOMON**  
LIMON  
www.claresalomon.com  
Je : 20h30 ● ■ (+ ados 16 ans et +)

**ADALIE**  
adaliedanselibre@gmail.com  
DANSE LIBRE /MALKOVSKY  
Me : 11h tn

**Angela BARSOTTI**  
ARRÊT COURS JEUDI 26 MARS  
REPRISE COURS JEUDI 4 JUIN  
Je : 20h30 ● ■

**Mikaël OHANNESSIAN**  
Cie Avant la Tempête  
Ma : 12h30 ●  
Je : 12h30 ■  
Ve : 16h ●

**Mor Jessica MIZRACHI**  
Ma : 17h30 ■ ▲  
Me : 19h tn

**Tal RAVIV**  
Lu : 11h ● ■ stretching & core  
Ma : 11h ● ■ contemporary dance  
Me : 11h ● ■ stretching & core  
Je : 11h ● ■ contact/impro  
Ve : 11h ● ■ contemporary dance

## DANSER EN RYTHME

**Jean Michel FRENEA**  
CP sur RDV/afro75jam@yahoo.fr  
Extra Débutant "Find your step"  
Ma : 18h30 init (1h)

## SOPHROLOGIE RELAXATION

**Martine GAY**  
Gestion stress et fatigue  
CP sur RDV 06 06 72 08 79  
Ma : 18h30 tn

**Anne-Cécile FREYBURGER**  
06.64.98.51.44  
"Reconnexion au Vivant"  
Lu : 12h30 tn

## MODERN JAZZ

**Anne BEAUCOUSIN**  
New Jazz  
06 87 43 66 80  
www.annebeaucousin.com  
Lu : 19h ● ■ 20h30 ■ ▲  
Me : 12h30 ●  
Je : 19h ■

**Vanessa VILLAIN**  
HORTON/AILEY  
06 26 26 05 97  
www.vanessa-villain.com  
Ma : 19h ● ■ 20h30 ■

**Jeannine LORCA**  
Méthode Popard  
Me : 19h tn  
Je : 19h tn

**Pierre Yves BRIVAL**  
Broadway & Urban Jazz  
Sa : 14h30 ● ■  
Di : 12h ● ■

**LALIA Basic Jazz**  
Je : 12h30 ● ■  
Sa : 14h30 ● 2 ■ (2h) 16h30 ● 1

**Carolina DEHLOUZ**  
06 10 16 13 89  
Je : 16h30 init  
Ve : 14h init  
Sa : 14h init

**Steffi SESSION**  
Jazz Basics/ 06 63 25 98 34  
Me : 19h ● (1h)

## BURLESQUE & CABARET

**Vivi VALENTINE**  
Burlesque & Eventails  
Lu : 19h tn 20h30 ■  
Ma : 19h ● 20h30 tn  
Me : 19h30 ■  
Je : 20h30 ●

**DANSE CABARET ACADEMY**  
www.dansecabaretacademy.com  
Cabaret Parisien  
Ve : 20h30 ■ Patricia VIGOROSA

## CLAQUETTES AMÉRICAINES

**Martine RAVEAUX**  
Lu : 19h ■ 1 20h30 init (1h)  
Je : 18h ■ 2  
Ve : 15h ▲ 18h init (1h)

**Alexis THOMAS-SZLACHTA**  
cours accompagnés au piano  
06.38.56.75.75  
Ma : 19h tn  
Sa : 14h tn

## TECHNIQUE ALEXANDER

**Evelyne BONNEAUD**  
06 76 20 47 80  
Certifiée Pilates/T.Alexander  
Formation AFDAS sur RDV  
Je : 11h tn Alexander /Danse (1h)  
18h30tn Alexander+Pilates(1h)

## STREET JAZZ/HIP HOP HEELS / DANCEHALL K-POP

**Mia FRYE**  
Street Jazz/Hip Hop Flow  
06.07.70.85.94  
Lu : 17h ■ (2h) 20h ■ (2h)  
Me : 17h ■ (2h) ados > complet  
Je : 20h30 ■ (2h)  
Sa : 17h15 ■ ▲ (2h)

**Steffi SESSION** 06 63 25 98 34  
www.ladyshock.fr  
Ladyshock Féminité Heels  
Me : 20h ● ■

**Mikael BILIONNIÈRE**  
06 72 42 06 85  
www.cours-hip-hop.fr  
Ma : 19h ● ■ DanceHall  
Me : 19h ● ■ (1h) DanceHall Fusion  
Sa : 16h30 ● (1h) Hip Hop (+ ados)  
17h30 ● ■ (1h) Hip Hop (+ ados)  
18h30 ■ Hip Hop (+ ados)

**JP CHANDLER**  
06 13 87 36 57  
www.playzoneofficial.com  
Lu : 20h30 ● Street Jazz Urban  
Ma : 20h30 ● DanceHall Urban  
Me : 20h30 tn Heels  
Ve : 19h ● Street Jazz/Commercial  
Sa : 15h30 ● Heels Street Jazz  
17h tn Kpop Hip Hop (+ ados)

**Les AMBIANCEUSES**  
06 60 48 02 06  
Booty Therapy® by Maimouna  
Me : 19h tn AfroDancehallTwerk

**Krees SAMA**  
Hip Hop Choreo  
06 63 84 10 18 /IG : @kreesama  
Ve : 20h30tn

**Jiayi LIN**  
Kpop/ Commercial  
IG : lindsay\_lin  
jiayilin2020@163.com  
Ve : 19h30 tn (2h)  
Sa : 18h tn (2h)

**RICKSON** Street Jazz  
choregraphe.rickson@gmail.com  
Ve : 12h30 tn

## TANGO ARGENTIN

**Lia NANNI**  
06 10 24 15 62  
Je : 19h30 init 20h30 ■  
Di : 10h30 ● 12h ■

**SUKY**  
06 12 79 35 17  
www.coursdedanse-suky.com  
Sa : 12h tn (1h)

## DANSE DE CARACTÈRE

**Krystia KARLYK**  
06 60 68 04 56 Méthode Moisseiev  
Lu : 19h ● ■ (Slave)  
Je : 12h tn (1h) (Tzigane)  
Ve : 12h30 ■ ▲ (Slave)

## ROCK 'N ROLL

**Patricia ALFONSI** 06 08 85 32 76  
Lu : 20h30 ●  
Je : 20h30 ● ■

**Lalia MEDERREG** 06 63 62 20 61  
Lu : 19h ● ■

**SOIR de BAL** 06 67 15 85 36  
Ma : 18h30 tn  
Sa : 14h ● (1h10) 15h15 ● ■ (1h15)

## DANSE DE SALON

**SOIR de BAL** 06 67 15 85 36  
Valse, Tango,  
Paso Doble, Cha-Cha  
Lu : 18h30 ● 19h30 ■ 20h30 ■ ▲  
Ma : 14h ● (1h10) 15h15 ● (1h15)  
19h30 ● (1h) 20h30 ▲  
Sa : 17h ● 18h ■ 19h ■ ▲

**Patricia ALFONSI** 06 08 85 32 76  
www.alfonsidanse.com  
Lu : 19h30 ● (1h)

**SUKY** 06 12 79 35 17  
Standards, Tango, Rock,  
Latino, Mariage  
www.coursdedanse-suky.com  
Je : 19h ● ■ (1h) + tango argentin  
Sa : 11h ■ ▲ (1h) 13h ● (1h)

## DANSE HISTORIQUE

**LE BALLET IMPÉRIAL**  
quadrille, polka...  
Ve : 19h30 ■ (3h)

## DANSE DE COUPLE MODERNE

**ELAN** / www.elan.dance  
Me : 20h ● (2h)  
Sa : 14h ■ ▲ (2h30)

## SAMBA FUNK FORRÓ PASSINHO GAFIEIRA

**LIMA** www.alexlima.net  
Ma : 20h30 tn Samba Passista  
Me : 20h30 tn Funk Carioca  
Je : 19h ■ Samba Passista-Funk  
20h30 ● évolutif /Forró ou gafieira

## SALSA/ BACHATA

**JCV DANSES LATINES**  
07 85 36 47 12  
Lu : 20h30 ● ■ (1h) Bachata  
Ma : 20h30 ● ■ 1 Salsa Cubaine  
Me : 19h30tn(1h)Style/jeux de Jambes  
20h30 ■ 2 Salsa Cubaine

**LATINAMOR**  
Christophe/Valérie Steiner  
06 62 54 21 24/06 52 04 77 03  
Lu : 20h30 ● ■ Salsa Portoricaine  
Me : 20h30 ● ■ Bachata Fusion

**Maritza ARIZALA** 06 88 06 78 70  
Salsa Colombienne  
www.maritza-arizala  
Ma : 19h ■  
Me : 19h ● 20h30 ■ ▲  
Ve : 19h ●

## DANSE AFRICAINE

CORA

Je : 20h30 tn avec percus  
Sa : 14h tn (+ ados) avec percus  
Di : 12h30 tn TransEnDanse  
(Méthode CorAlliance)

## AFRO JAZZ

Kathy MANYONGO

Ve : 19h tn

## AFRO CUBAIN

Daniela GIACONE

Sa : 13h tn

## MODERN AFRO-BRÉSILIE

Jean-Michel FRENEA  
Méthode Énéida Castro

Ma : 19h30 ●■

## CAPOEIRA ANGOLA

Contra Mestre RENY

Me : 18h tn + (ados) (1h)

## DANSE BALINAISE

Ilse PERALTA

Lu : 19h tn (1h)

## BOLLYWOOD

Mahina KHANUM

Lu : 18h●(1h) 19h■(1h)

## DANSES D'ISRAEL

Benny ASSOULINE  
HORAOR 06 24 70 14 54

Ma : 12h●(2h) 14h■

## NIA®

Marie CASERY  
06 84 84 24 55

Ve : 18h tn (1h)

Hélène & Léna  
06 83 75 27 24 / 06 98 92 94 40  
Sa : 14h30 tn (1h)

## YOGA

Aloys BERDOLL Hatha-Yoga  
www.yogalloys.com  
06 62 58 82 92.

Ma : 12h30 tn  
Je : 19h tn  
Sa : 10h tn 11h30 tn

Chris LAURION 06 22 64 12 24  
www.chris-laurion-yoga.com  
Ma : 19h30 ■▲ VinyasaYoga

Corinne VERDIÉ  
Hatha-Yoga / 06 60 82 37 96  
Ma : 18h tn  
Di : 10h30 tn

Jean TAMALET  
06 10 87 34 67 Vinyasa-Yoga  
Ma : 12h30 (1h) tn  
Je : 12h30 (1h) tn  
Di : 18h30 tn

## FLAMENCO

LA COUR FLAMENCA

06 11 12 04 84

Alejandra DIAZ "La Verea"

Lu : 13h30●2■1tech

14h30■1mantón

18h30● 19h30■1

Ma : 12h30● 13h30●2 14h30■1

Me : 11h30● 12h30●1&2tech

13h30■1 mantón

Je : 12h30● 13h30●2 14h30■1

19h●2

Rubèn MOLINA  
info@institutflamencoparis.com  
Me : 20h30●

Maria DONZELLA GAUBERT  
www.atikaflamenco.com

Di : 10h init Bata de Cola

13h30●1&2 14h30■1&2

16h▲

Juana AMAYA  
cristina.gitana@hotmail.fr  
Sa : 15h30■2 17h●(1h) 18h15■1

## CASTAGNETTES

Maria DONZELLA GAUBERT  
www.atikaflamenco.com

Sa : 16h■▲ castagnettes de concert

17h■2▲(1h)choré+castagnettes

Di : 11h30●(1h)

## DANSE ORIENTALE

Leila HADDAD

06 86 08 68 75

www.leilahaddad.com

Ma : 12h30■

Je : 19h■▲

Ve : 12h30● 19h●

Fatima CHEKKOR  
06 20 16 32 71  
Di : 12h30 tn 13h30tn

Melinda &  
Hassan ABDEL KHALEK  
06 11 66 57 35

Lu : 20h30 ●■ avec percus

## INTEGRATION FONCTIONNELLE

Dada OTTONELLO

06 84 86 73 09

Senior Feldenkrais teacher  
sur RDV traumas/douleurs/  
coaching artistes

## DANSE HARMONIQUE

Jeannine LORCA

Méthode Irène Popard

Ma : 9h45tn (1h)

11htn Seniors (1h)

19htn (1h)

## PILATES®

Patricia VIGOROSA

Ve : 19h30tn (1h) (+ étirements)

Blanka TARNOWSKA

Ma : 20h30■ (1h)

Je : 19h30 tn (1h) (+sculpt)

STUDIO PILATES de Paris

Méthode Romana's Pilates

Lu : 18h●■ (1h)

Je : 13h●■ (1h)

## STRETCHING

Elisabeth FABLE

Ma : 12h30 tn(1h)

Muriel CHALON

Sa : 10htn (1h)  
Kiné gym spécial dos

Dana MUSSA

www.getchancetodance.com

Ve : 19h tn

Di : 12h30 tn

## STRETCHING YOGA

Tina ESPOSITO

06.11.64.79.28 diplômée AFMDC

Relaxation-Récupération

Sa : 13h tn

## DANSE THÉRAPIE

Carolina DEHLOUZ

06 10 16 13 89

Je : 14h tn

Ve : 11h tn

Sa : 16h30tn

## THÉÂTRE

Hervé-Claude ILIN

06 24 20 53 49 / hclilin@hotmail.fr

Voix. Corps.

Classique. Moderne.Impro

FRA-ENG-ESP-IT.

Lu : 20h tn (2h)

Ma : 19h30 tn (2h)

Me : 19h30 tn (2h)

Je : 19h30 tn (2h)

Pascal DAUBIAS  
06 60 42 52 48  
Café Théâtre/Comédie/Stand-Up

Me : 19h30 tn (2h30)

Je : 19h30 tn (2h30)

Alexandre BABEY  
Impro- Match / 06 51 49 22 18  
Di : 18h tn (2h)

## PIANO *cours particuliers*

Eric SABOURIN 02 33 93 57 65  
diplômé de l'École Normale  
de Musique de Paris  
CP mercredi/jeudi RDV  
enfants, ados et adultes

Maria SILVESTRINI 06 64 02 42 49  
Conservatoire G.Verdi/Milan  
*cours piano /  
accompagnement chanteur.euse*

Bruno BARBIER 06 51 14 38 46  
Piano Jazz, Blues, Latin, Pop Rock  
*accompagnement chanteur.euse*

## GUISTARE

Denis JANODY 06 84 21 66 90  
Guitare Classique  
diplômé de l'École Normale  
de Musique de Paris  
CP mercredi sur RDV  
enfants ados et adultes

## CHORALES

Caroline FABER / Lanna ZITA  
«CANTO DO MARAIS,  
un Choeur Populaire Brésilien»  
06 70 72 78 01  
Di : 18h30 tn (2h)

CHORALE COMÉDIE MUSICALE  
Isabel CRAMARO Chant  
Joachim MIMOUNI Piano  
06 11 12 04 84  
Lu : 19h30tn (1h30)

CHORALE LUTH & CIE  
Chant Oriental / 06 21 81 03 47  
Je : 20h tn (1h30)

## CHANT

Sélima AL KHALAF  
technique vocale  
variétés internationales  
CP sur RDV 06 35 79 60 93  
Je : 19h30tn collectif (2h)

Patricia SAMUEL 06 09 59 40 01  
Chant Lyrique/Comédie Musicale  
CP sur RDV

Jane GASMAN (USA)  
06 83 26 13 29 / CP sur RDV  
Jazz, Blues, Rock and Pop  
Me : 19h30tn collectif (1h30)  
chant/interprétation

Lydie DIAZ 06 62 78 43 38  
Pop-Variété  
Ma : 19h30● collectif (1h30)

Nancy CARROLL (Montréal)  
Soul/Pop CP sur RDV  
06 99 17 39 91  
Lu : 19h30 tn collectif (1h30)

Corinne ROCCA 06 14 70 36 31  
Chanter C'est du Sport®  
(voix/corps/souffle) - CP sur Rdv  
Lu : 19h tn collectif (1h30)

# CENTRE DE DU DANSE MARAIS

## PROGRAMME COURS ADULTES 2026

ADHÉSION AU CENTRE OBLIGATOIRE  
POUR TOUS/TOUTES LES ÉLÈVES : 12€  
valable 1 an de date à date

La carte donne accès à des réductions.

Liste des partenaires sur notre site : [www.centrededansedumarais.fr](http://www.centrededansedumarais.fr)

LES COURS SE RÉGENT DIRECTEMENT  
AUPRÈS DE CHAQUE PROFESSEUR.E  
À TITRE INDICATIF, PRIX MOYEN POUR UN OU PLUSIEURS  
COURS DE DANSE AVEC LE ou LA MÊME PROFESSEUR.E :

1 cours : 20€/25€ environ	4 cours : 80€ environ
8 cours : 150€ environ	12 cours : 200€ environ

«PASS DÉCOUVERTE» 5 COURS/5 PROFESSEUR.E.S :  
75 euros (en vente à la réception ou sur notre site)

Non valable pour théâtre, chant, musique et Ateliers du Dimanche

débutant ● moyen ■ avancé ▲ tous niveaux tn  
débutant/moyen ●■ moyen/avancé■▲ professionnel ★ pointes P

41 rue du Temple - 75004 PARIS Tél : 01 42 77 58 19  
Métro : Hôtel de Ville/Rambuteau  
[accueil@centrededansedumarais.fr](mailto:accueil@centrededansedumarais.fr)